

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO MATOGROSSO DO SUL**  
**UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS (UNA-SUS) - NÚCLEO DO BAHIA**  
**NÚCLEO DE TECNOLOGIAS EM EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA EM SAÚDE**  
**CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO, PESQUISA E INOVAÇÃO EM SAÚDE DA**  
**FAMÍLIA**

ANGEL LUIS RIVERO BORELL

**HIPERTENSÃO ARTERIAL:**  
**ESTRATÉGIA EDUCATIVA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE**

**SANTA BÁRBARA**

**2014**

ANGEL LUIS RIVERO BORELL

**HIPERTENSÃO ARTERIAL:**  
**A ESTRATÉGIA EDUCATIVA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE**

Trabalho de Conclusão de Curso  
submetido à Coordenação do Curso de  
Especialização, Pesquisa e Inovação em  
Saúde da Família, modalidade  
semipresencial, Universidade Aberta do  
Sus (Una-SUS) - Núcleo Do Bahia,  
como requisito parcial para obtenção do  
Título de Especialista.

Orientador: Prof. Dr. Guilherme  
Aparecido Da Silva Maia

**SANTA BÁRBARA**

**2014**

ANGEL LUIS RIVERO BORELL

# **HIPERTENSÃO ARTERIAL: ESTRATÉGIA EDUCATIVA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de Especialização, Pesquisa e Inovação em Saúde da Família, modalidade semipresencial, Universidade Aberta do SUS (Una-SUS) - Núcleo Do Bahia, Núcleo de Tecnologias em Educação a Distância Em Saúde, Universidade Federal do Mato Grosso do sul, como requisito parcial para obtenção do Título de Especialista.

Aprovado em: \_\_/\_\_/\_\_

## **BANCA EXAMINADORA**

---

Profº., titulação (Dr/Me), nome.

Instituição

---

Profº., titulação (Dr./Me/Esp), nome.

Instituição

---

Profº., titulação (Dr/Me/Esp), nome.

Instituição

## **RESUMO**

O projeto de intervenção tem o propósito de qualificar o processo de trabalho na Estratégia de Saúde da Família (ESF). Visando a promoção em saúde é que se planejou um grupo de ações educativas para aconselhar e orientar os usuários e seus cuidadores quanto à importância da promoção em saúde. No momento atual, em nossa Unidade de Saúde Básica são observadas inúmeras complicações decorrentes da não adesão ou até mesmo o uso incorreto à terapêutica anti-hipertensiva, indivíduos têm sua qualidade de vida interrompida por agravos como Infarto Agudo do Miocárdio (IAM), Acidente Vascular Encefálico (AVE), Retinopatias Hipertensivas, Insuficiência Renal Crônica e outros de cunho cardiovascular. Quando realizamos uma consulta com um paciente hipertenso observamos grandes dificuldades, pois as mudanças no padrão alimentar são severas e iminentes, o que requer da equipe inseridos na atenção básica, um acompanhamento diferencial, de forma que a comunidade sinta-se sensibilizada aderir ao grupo para melhorar seu modo e estilo de vida e conscientização ao tratamento evitando graves complicações, tanto as agudas como as crônicas. Após a análise de todo processo educativo/ de promoção em saúde da ESF, torna-se necessário a formação um grupo educativo que venha nortear/orientar os usuários da comunidade inseridos neste contexto.

**DESCRITORES:** Promoção à saúde, educação em saúde e hipertensão arterial.

## **ABSTRACT**

The intervention project has the purpose to qualify the worker process in the family health strategy (FHS). Aimed at health promotion is planned a group of educational activities to advise and guide users and their caregivers about the importance of health promotion. At the moment, in our Basic health unit are observed numerous complications arising from non-adherence or even misuse the Brazilian spider Phoneutria Nigriventer blocks therapy, individuals have their quality of life interrupted by aggravations as acute myocardial infarction (AMI), cerebrovascular accident (AVE), retinopathies hypertensive, Renal Insufficient Chronicle Disease, and other cardiovascular-oriented. When we conduct a consultation with a hypertension patient we observed great difficulties, because changes in the food pattern are severe and imminent, which requires the team entered in the basic attention, a differential tracking, so that the community feel appreciative joining the group to improve your mood and life style and awareness to treatment to avoid serious complications, both acute and chronic. After the analysis of all educational process/health promotion of the ESF, it becomes necessary to form an educational group to come guide/guide users of the community entered in this context.

**KEYWORDS:** Health Promotion, health education and hypertension.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO.....</b>	<b>7</b>
<b>2. JUSTIFICATIVA.....</b>	<b>8</b>
<b>3. OBJETIVOS.....</b>	<b>9</b>
3.1. OBJETIVO GERAL.....	9
3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	9
<b>4. METAS.....</b>	<b>10</b>
<b>5. METODOLOGIA.....</b>	<b>11</b>
<b>6. RECURSOS HUMANOS E MATERIAIS.....</b>	<b>13</b>
<b>7. CONOGRAMA.....</b>	<b>14</b>
<b>8. MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO.....</b>	<b>15</b>
<b>9. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>16</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>17</b>
<b>ANEXO.....</b>	<b>18</b>

## INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é um grave problema de Saúde Pública que afeta grande parte da população mundial que procura conhecer as dificuldades de cunho psicossocial, econômico, biológico e cultural que envolvem os seus portadores.

A Hipertensão Arterial é considerada grave problema de Saúde Pública, por estar associada ao aparecimento de outras doenças crônico-degenerativas que trazem repercussões negativas à qualidade de vida. Dentre os agravos salientam-se as doenças cardiovasculares e cerebrais como Acidente Vascular Encefálico (AVE), uma das principais causas de morte originária da Hipertensão Arterial não controlada (BRASIL, 2001; SARAIVA. et al., 2007).

A HAS apresenta alta morbi-mortalidade, com perda importante da qualidade de vida, o que reforça a importância do diagnóstico precoce. O diagnóstico não requer tecnologia sofisticada, e a doença pode ser tratada e controlada com mudanças no estilo de vida, com medicamentos de baixo custo e de poucos efeitos colaterais, comprovadamente eficazes e de fácil aplicabilidade na atenção básica.

Após algum tempo realizando diagnóstico situacional em minha área de abrangência, observo ainda nos dias de hoje como problema final a HAS, ganhando destaque na transição epidemiológica e constituindo um dos principais fatores de risco para o aparecimento de doenças cardíacas.

Na Norma Operacional da Assistência à Saúde do Sistema Único de Saúde (NOAS/SUS), entre ações estratégicas mínimas de responsabilidades dos municípios. O controle da HAS, a ser desenvolvido por meio do diagnóstico de casos, no cadastramento de portadores, na busca ativa, no tratamento e nas ações educativas, figura como destaque na atenção básica (SOUZA *et al.*, 2006).

Através do plano de ação pretende-se identificar os pacientes com hipertensão de unidade de saúde básica Severino Alves Bezerra (PSF Codiá) prevenir essa enfermidade e promover a saúde da população. Além de detectar fatores de risco e complicações existente nos pacientes com HAS, por meio de estratégias educativas para sensibilizar a população a aderirem a um estilo de vida saudável.

Este TCC teve como finalidade conhecer sobre hipertensão arterial sistêmica, diagnosticar à população por apresentar dificuldades para realizar controle de sua pressão arterial. Também por apresentar dificuldade em realizar adequadamente tratamento medicamentoso, mudanças de hábitos comportamentais e alimentares.





## JUSTIFICATIVA

A estratégia de saúde da família permite grandes oportunidades para o desenvolvimento de um Sistema Único de Saúde (SUS), apesar de algumas dificuldades e barreiras encontradas no nosso dia-a-dia. Enfrentamos grandes desafios, mas também temos grandes recompensas quando realizamos trabalhos para prevenção dos agravos na saúde, e vemos que este trabalho faz com que o paciente mantenha controle de sua pressão arterial.

É importante desenvolver esse plano de ação sobre hipertensão arterial sistêmica devido à mudança no perfil epidemiológico de saúde brasileira que cada vez mais são observadas as doenças crônico-degenerativas, estas se dão devido ao novo modelo de vida dos brasileiros, onde acesso a recursos tecnológicos, envelhecimento populacional, sedentarismo e outros hábitos de vida têm tomado espaço considerado no contexto atual da nossa população.

As conferências colocaram em evidência a discussão global da promoção em saúde com o foco na mudança de valores vivenciadas no mundo, em especial no Brasil estas atividades estimularam o surgimento da reforma sanitária brasileira. Através da implantação do SUS que, a partir de 1994 se inicia um novo modelo assistencial, a Estratégia de Saúde da Família (ESF) tem a finalidade de trabalhar o preceito da promoção à saúde, sendo esta uma importante ferramenta adotada na política pública brasileira (LOPES *et al.*, 2010).

Devido à importância da atuação preventiva, será trabalhada a questão da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), devido às inúmeras complicações advindas destas patologias (IAM, dislipidemias, AVE e amputações). Além destas consequências, são observados vários agravos à saúde e estes estão intrinsecamente ligados ao padrão de vida e saúde da comunidade, onde a rotina destes indivíduos sofrem grandes mudanças devido a instalação da doença, o que reforça a iminência de projetos de promoção à saúde voltados para o público em questão.

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GERAL**

- Implementar práticas educativas em saúde com os pacientes com hipertensão arterial sistêmica: Estimulando Estilo de vida saudável para prevenção de doenças e promoção da saúde.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Orientar os pacientes com hipertensão arterial sobre os fatores de riscos e suas complicações.
- Estimular os pacientes com hipertensão arterial para adesão ao tratamento medicamentoso e não-medicamentoso.

## **METAS**

O projeto de intervenção não tem um prazo de realização, tendo em vista sua caracterização, mais será realizado monitoramento e avaliação mensal com equipe de saúde visando analisar a evolução com que atua o projeto nos pacientes, trabalhando também mensalmente a capacitação de todos os funcionários para que possamos obter uma ótima qualificação para realização das medidas antropométricas e prevenir aparição de novos casos da doenças, e diminuir o risco de complicações que pode trazer a hipertensão arterial quando não é bem controlada.

## **METODOLOGIA**

O presente plano de ação consta das seguintes ações: primeiramente foi levantado o número de hipertensos cadastrados na área de atuação da Estratégia Saúde da Família (ESF) Sítio Das Flores, CNES 4031431. Posteriormente foi observada juntamente com a equipe da unidade alta prevalência de hipertensos em nossa área de saúde.

Nosso território apresenta uma cobertura média de 450 famílias, onde está formada por 4 micro áreas, apresentando diversas barreiras socioeconômicas como: pobreza, violência, desemprego, analfabetismo e uso de drogas lícitas.

Em nossa área de abrangência temos como recursos sociais as igrejas Católicas e Evangélica, escola de ensino fundamental, creche, clube de festa e quadra esportiva. Caracteristicamente a maioria da população local trabalha na atividade agrícola e outra parte da população composta de 20% trabalha na fábrica de calçado situada na cidade.

Atualmente as pessoas portadoras de hipertensão arterial cadastradas em nossa Unidade de Saúde chega às 341 pessoas, todas acompanhadas pelos ACS através de visitas domiciliares e acompanhado em nossa UBS pelo programa do HIPERDIA.

A partir desses dados, vimos a importância de realizar um plano de ação trabalhando os 5 nós críticos:

- Modo e estilo de vida.
- Nível de pressão social.
- Nível de informação.
- Estrutura dos serviços de saúde;
- Processo de trabalho da equipe de saúde nós.

A ação será realizada por toda a equipe e equipe multidisciplinar, também terá participação da secretária de saúde do município e em algumas ações a participação da Prefeitura Municipal. A partir dos dados coletados foi realizado projeto para trabalhar os nós críticos, realizando a identificação dos nós críticos e elaboração do plano.

O grupo educativo será disponível para a comunidade portador de hipertensão, com participação de pessoas cuidadores destes pacientes mencionado que são acamados ou apresenta alguma deficiência física que possibilita sua participação no grupo. A mesma será trabalhada a partir dos produtos e recursos mencionados nos desenhos de operações.

A ação será avaliada mensurando-se o grau de participação do público alvo, nas ações de HIPERDIA. Para avaliação das ações a unidade terá um caderno único de participação para registro de ações de promoção à saúde voltada para hipertensos e diabéticos, onde serão colhidas as assinaturas dos participantes durante o desenvolvimento das atividades, permitindo o registro numérico que é o número de seu prontuário, registrando a participação tanto nas ações individuais, quanto as realizadas em grupo, também colocaremos suas opiniões sobre cada ação realizada e suas medidas antropométricas para avaliar seus resultados mensalmente.

## **RECURSOS HUMANOS E MATERIAIS**

O projeto de intervenção foi desenvolvido na unidade (PSF Sitio Das Flores), localizado no distrito do mesmo nome, no município de Santa Bárbara situado na zona rural. Atualmente a comunidade conta com uma população aproximada de 1191 habitantes, em torno de 450 famílias cadastrada, segundo Sistema de Informação de Atenção Básica (SIAB).

Os autores envolvidos no projeto de intervenção foram os pacientes portadores de Hipertensão arterial que encontram-se em torno de 341 pessoas e alguns cuidadores dos pacientes hipertensos.

O local estabelecido para realização do projeto é o Centro Comunitário da Comunidade e com locação na cidade de Santa Bárbara; onde utilizaremos como instrumento desse projeto a formação de grupos educativos onde trabalharemos programa de caminhada sendo realizado com participação do educador físico do NASF; programa de alimentação saudável realizado com participação da nutricionista do NASF; avaliação psicológica em conjunto com assistência social que ajudará no enfrentamento dos problemas sociais e familiares caso exista, e capacitação dos ACS e funcionários para realização correta da medição da Pressão arterial e glicemia, como os parâmetros antropométricos.

O material de consumo utilizado alguns encontra-se na Unidade Básica de Saúde de nossa comunidade, como: Esfigmomanómetro, aparelho de glicemia, fita métrica e balança para medição do peso; entre outros que serão utilizados à medida que as atividades vão acontecendo. Cabe ressaltar que os exames complementários necessários para avaliação desses pacientes serão custeados pela secretária de saúde realizado na própria secretária.

Para custeio do nosso projeto não temos um valor exato para os recursos utilizados, mas sabemos que cada custeio estará em dependência das atividades que serão postas em ação, podendo ser custeada pelo próprio pesquisador com ajuda dos funcionários da Unidade como pela secretária de saúde representada pela coordenadora da atenção básica ou secretária de saúde.

## CRONOGRAMA

ATIVIDADE	MÊS											
	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
ESCOLHA DO PROBLEMA												
CONSTRUÇÃO DO CONHECIMENTO												
REDAÇÃO DO PROJETO DE INTERVENÇÃO												
ENTREGA DO PROJETO PARA AVALIAÇÃO												
APLICAÇÃO DO PROJETO DE INTERVENÇÃO												

“O projeto tem um caráter contínuo com aplicação de acordo com a realidade e a necessidade da comunidade”.

## **MONITORIAMENTO E AVALIAÇÃO**

Tendo em vista a formatação e característica do projeto de intervenção, a análise dos dados será realizada de forma contínua e conforme previsto no cronograma pretende-se iniciar a implantação deste em julho de 2014 com seguimento do trabalho em 2015.

Almejo que a partir do projeto de intervenção, mudanças sejam realizadas de forma que atenção ao portador de HAS sofra importantes adaptações, onde a comunidade possa ser mais bem assistida. É importante fomentar que a integralidade da assistência a estes pacientes torna-se ferramenta fundamental para a prevenção dos agravos advindos de quadros descompensados das referidas patologias.

Fica muito claro diante do exposto que este projeto pode ser inovador e ao mesmo confrontador devido à amplitude das ações requeridas à equipe de saúde da família frente às propostas sensibilizadoras constantes no mesmo. O impacto será positivo, caso haja adesão da equipe para execução de uma melhor atenção a estes pacientes, sendo fundamental para tanto o estabelecimento de mudanças no processo de trabalho da unidade no que tange à promoção de saúde para portadores de HAS.



## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente projeto visa construir uma atenção mais humanizada e qualificada ao portador de HAS, onde profissionais inseridos na estratégia saúde da família venham proporcionar o que chamamos de educação/ promoção à saúde visando a prevenção das várias complicações que acometem os portadores destas doenças.

Este projeto não permite a avaliação de dados concretos e objetivos, visto que o mesmo será implantado de forma gradativa no processo de trabalho da unidade, sendo este quesito pertencente ao objetivo específico, onde qualificar o processo de trabalho na atenção aos portadores de HAS é igual a melhorar o padrão das atividades promotoras em saúde para este público.

Espera-se que com a implementação progressiva do referido projeto de intervenção, a comunidade possa provar de uma assistência integral, onde todos os princípios do SUS sejam respeitados e melhor ainda se cumpridos com dignidade no contexto de nossa estratégia de saúde da família. Todos os objetivos, tanto os gerais como o específico visam trazer mais qualidade de vida para a comunidade à qual está sob nossa responsabilidade de atuação.

Nesse contexto a saúde da família tem a responsabilidade de fazer o resgate de um padrão de vida mais saudável, em que o indivíduo possa se responsabilizar por sua saúde e desenvolver o que denominamos autocuidado. Para tanto são esperadas ações sensibilizadoras que gerem a construção de uma consciência focada no cuidado à saúde, onde profissionais e comunidade façam uma interação permanente com bases sólidas, promovendo desta forma a mudança nos moldes da atenção primária à saúde.

## REFERENCIA

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE/Conselho Nacional de Saúde. Comissão de ética e Pesquisa (CONEP). **Resolução No. 196/1996**, sobre pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília, 2003.

\_\_\_\_\_. Departamento de Atenção Básica. Área Técnica de Diabetes e Hipertensão Arterial. **Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus** – Protocolo. Brasília: Ministério da Saúde, 2001, p. 11.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. **Hipertensão Arterial Sistêmica**. Saúde da Família. Caderno de Atenção Básica – No. 15. Brasília (DF). Disponível em:  
[HTTP://dtr2004.saude.gov.br/dab/docs/publicacoes/cadernos\\_ab/abcad15.pdf](http://dtr2004.saude.gov.br/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad15.pdf). {online} 2006, {citad 04 nov 2008}

\_\_\_\_\_. **SIAB – Sistema de Informação de Atenção Básica** – MS. Brasília, 2013

LOPES, M. S. V.; SARAIVA K. R. O.; FERNANDES, A. F. C.; XIMENES, L. B. Análise do conceito de promoção da saúde. **Revista Texto e Contexto – Enfermagem**, Florianópolis, v. 19, n. 3, 2010.

SARAIVA, K.I.R.O, SANTOS, Z.M.S.A, LANDIM, F.L.P, LIMA,H.P, SENA,V.L.O. Processo de viver do familiar cuidador na adesão do usuário hipertenso ao tratamento. **Texto contexto – enferm**. Florianópolis, 2007; (16) 1: 63-70.

## ANEXO

### DESENHO DAS OPERAÇÕES

A partir dos “nós críticos” foi proposto as operações/projetos que são necessários para solução, produtos e resultados esperados dessas operações e recursos para sua execução. Através da planilha que apresentaremos teremos uma visão geral do problema e seu monitoramento.

Nós Crítico	Operação/Projeto	Resultados Esperados	Produtos Esperados	Recursos Necessários
<b>Modo e estilo de vida</b>	<b>Viver com saúde</b>  Modificar modo e estilo de vida	Diminuir um número considerado de sedentários, tabagistas e obeso no prazo de 1 ano	Programa de caminhada com orientação;  Grupos educativos;  Informação educativa na reunião de associações da comunidade;  Programa alimentação saudável.	<b>Organizacional:</b> Organizar caminhadas, organizar os grupos de Hipertensão;  <b>Cognitivo:</b> Informação sobre temas e estratégias realizadas.  <b>Político:</b> Conseguir espaço local para realização de grupos, reunir as lideranças da comunidade para criar espaço informativo nas reuniões de associação e mobilização com participação da rede de ensino.  <b>Financeiros:</b> Recursos audiovisuais folhetos

				educativos.
<b>Nível de pressão social</b>	<b>Viver melhor</b>  1.Aumentar oferta de emprego.  2.Buscar um ambiente familiar confortável;  3.Trabalhar pela cultura e paz.	1.Diminuir desemprego com salário digno;  2.Diminuir violência trazendo um ambiente familiar favorável ao seu meio.	1.Gerenciamento de emprego;  2.Programa que ajudem no fim da violência e traga estrutura familiar;  3.Programa que trabalha a cultura e paz.	<b>Cognitivo:</b>  1.Gerar projetos de emprego e renda, elaborar projetos de enfrentamento contra violência e ambiente familiar adequado.  <b>Políticos:</b> Mobilização social sobre as questões em trabalho, articulação e aprovação dos projetos.  <b>Financeiros:</b> Financiar os projetos elaborados.
<b>Nível de informação</b>	<b>Aprender mais</b>  Aumentar o nível de informação sobre Hipertensão Arterial	População bem informada e atualizada sobre Hipertensão Arterial	Avaliação da população sobre Hipertensão Arterial;  Grupos educativos;  Orientações sobre Hipertensão Arterial nas reuniões de associação;  Programa Saúde na Escola;  Capacitação dos ACSs e cuidadores.	<b>Cognitivo:</b> Conhecimento sobre tema e suas estratégias à serem realizadas;  <b>Organizacionais:</b> Organizar cronograma incluindo os grupos educativos, PSE e capacitação;  <b>Políticos:</b> Articulação Inter setorial, com setor de educação e com associação comunitária.

<b>Estrutura dos serviços de saúde</b>	<b>Cuidar sempre melhor</b>  Melhorar a estrutura do serviço de atendimento dos portadores de Hipertensão Arterial.	Ofertar aumento de consultas, exames, medicamentos e aumentar os grupos educativos.	Capacitação de pessoal e cuidadores;  Contratação de compra de exames e consultas especializadas;  Compra de medicação.	<b>Políticos:</b> Aumentar os recursos para melhor estrutura do serviço;  <b>Financeiros:</b> Incrementar a oferta de exames, consultas e medicamentos.  <b>Cognitivo:</b> Elaboração de projeto de adequação.
<b>Processo de trabalho da equipe de saúde</b>	<b>Linha de Cuidado</b>  Implantar linha de cuidado para hipertensão arterial, incluindo referência e contra referência.	Maior cobertura da população com hipertensão arterial.	Linha de cuidado implantado;  Protocolos implantados;  Recursos humanos capacitados;  Gestão de linha de cuidado implantado.	<b>Cognitivo:</b> Elaboração de projeto de linha de cuidado e protocolos;  <b>Político:</b> Articulação entre setor da saúde e adesão política;  <b>Organizacional:</b> Adequação de fluxos (referência e contra referência).

**CADERNO ÚNICO DE PARTICIPAÇÃO MENSAL:**

[illegible]

**ALGUMAS FOTOS DE REGISTRO DO PRIMEIRO ENCONTRO REALIZADO EM JUNIO**











**ALGUMAS FOTOS DE REGISTRO DO SEGUNDO ENCONTRO REALIZADO EM JUNIO**





